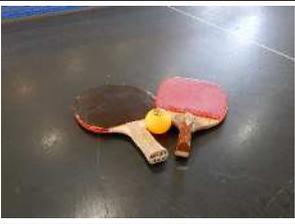


ニュースポーツの紹介

※『みんなでスポーツ教室』では、毎回、異なる種目を楽しみます。

| | |
|---|--|
|  | <p>■インディアカ 羽根の付いたボールを、手のひらで打ち合います。ルールは、バレーボールに準じて行います。</p> |
|  | <p>■ソフトバレー ゴム製の柔らかいボールを使用するので、初めての方でも楽しみやすいです。ルールは、バレーボールに準じて行います。</p> |
|  | <p>■トリムバレー 通常のバレーボールよりも軽量で、ソフトな感触のボールを使用します。バレーボールとは異なり、必ず3回で返球し、3回とも異なるプレイヤーが触ります。ボールはやや大きめで滞空時間が長いので、チームで声をかけあってラリーをつなぎます。</p> |
|  | <p>■ふらばーる おにぎりのような、変則的な形をしたボールを使用します。サーブは、ノーバウンドで取りますが、相手チームからの返球は、必ずワンバウンドさせてからレシーブします。不規則な動きが面白いバレーです。</p> |
|  | <p>■ヘルスバレー ラグビーボールを大きくしたような、楕円形のボールを使用します。ボールが大きいため、サーブはボールを手を持って投げ入れます。通常のバレーボールと異なり、2回～5回以内で返球します。</p> |
|  | <p>■ティーボール 野球やソフトボールに似ていますが、この種目にはピッチャーがいません。ホームベースに置いた「バッティングティー」に乗せたボールを打つので、初めての方もバッティングを楽しめます。</p> |
|  | <p>■スポレック 2対2(もしくは1対1)で、テニスのようにネット越しにボールを打ち合います。スポンジのボールとプラスチック製のラケットを使用し、幅広い年齢層で楽しめます。</p> |
|  | <p>■ファミリーバドミントン 通常のバドミントンとは異なり、1チーム3人で行います。シャトルには、スポンジのボールがついており、初めての方でも、ラケットに上手く当てることができます。2回までに返球するので、変則的なラリーも楽しめます。</p> |

| | |
|---|--|
|  | <p>■ラージボール卓球 通常の卓球ボールよりも、ひと回り大きいボール(ラージボール)を使用しますが、基本のルールは卓球と同じです。</p> |
|  | <p>■ピロポロ ホッケーと似ていますが、スティックやボールはスポンジ製の安全なものを使用します。ゴールキーパーを設けないので、平らな場所であればどこでも楽しむことができます。</p> |
|  | <p>■ユニホッケー プラスチックのボールとスティックを使用します。ボールは軟らかく作られており、スピードが出ないようになっており、初心者の方でも楽しみやすくなっています。</p> |
|  | <p>■シャッフルボード 細長いコート(マット)を使用し、ディスク(円盤)をキューでシュートし合って、得点を競います。</p> |
|  | <p>■ユニカール 特殊なマットにストーンを滑らせ、円形の目標地点により近づけるゲームです。陸上版のカーリングとして楽しめます。</p> |
|  | <p>■ペタンク ビュット(目標球)に、それぞれのチームが、いかに近づけられるかを競います。プレイヤーは、全員、同じ場所から投球します。一見単純なルールに思えますが、投げ方の工夫や戦略が必要になります。</p> |
|  | <p>■ボッチャ ペタンクと似ていますが、プレイヤーは、ボックス(投球場所)が分けられ、相手チームと交互に並びます。状況により、どのプレイヤーが投球するのか工夫します。パラリンピックの正式競技でもあり、障がいの有無にかかわらず楽しむことができます。</p> |
|  | <p>■モルック 順番にモルック(木製の棒)を投げて、スキttl(木製のピン)を倒し、点数を競います。複数本倒れた場合は倒れた本数、1本倒れた場合はスキttlに書かれた数字、が点数になります。先に合計50点になったチームが勝者となります。</p> |